



給食だより

令和 8 年 4 月

西岡中学校・羊丘中学校

ご進級、ご入学おめでとうございます。今年度も西岡中学校の給食室で、西岡中学校（約 360 人）と羊丘中学校（約 700 人）の 2 校分の給食を 9 人の調理員さんで作ります。生徒の皆さんの心身の健康を願い、安全でおいしい給食を作っていきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

学校給食について

- ・米飯給食は週 3 回（自校 1 回・委託 2 回）実施です。
- ・お米は道産米です。自校炊飯（まぜごはん）では、胚芽米と麦を使用します。今年度は月曜日です。
- ・委託炊飯（白飯）は、精白米です。今年度は火・木曜日です。
- ・道産小麦 100% のパンを使用しています。今年度は水曜日です。大きさは 65g（小麦粉使用量）で、小学校高学年と同じです。
- ・うどん、ラーメン、パスタがあり、道産小麦を使用しています。今年度は金曜日です。
- ・夏場は冷たいめんや冷麦、ゆであげスパゲティー（デュラム小麦）もあります。



○牛乳は毎日つきます。



○主食の曜日（学校毎に決められています。）

月曜日・・・自校炊飯（給食室で炊きます）

火曜日・・・白飯（RBM協同組合）

水曜日・・・パン（京田食品）

木曜日・・・白飯（RBM協同組合）

金曜日・・・麺（西山製麺）

中学校の給食は・・・

小学校に比べると量が多くなりますので、食器の茶碗とカップの大きさが大きくなります。また、香辛料をきかせた料理もあります。調理器具として、オーブンがあるのでグラタンや魚の焼き物などの料理も出ます。給食時間は、12時45分から準備に入り、食べ始めるのは12時55分頃です。朝ごはんはしっかり食べてから登校しましょう。

☆食物アレルギーについて

- ししゃもの内臓や、あさり、しらす干し、ちりめんじゃこ、わかめ、昆布などの海産物全般について、小さなえび、かに、たこが混入している場合があります。アレルギーの方はご注意ください。
- 主な食材を載せています。調味料、揚げ油は省略しています。揚げ油は毎回新しい油ではなく、複数回の使用となります。
- 果物は変更になることもあります。ご了承ください。
- 一部の献立に限りませんが、アレルギー対応食を実施しています。また、予定献立表に使用予定の食品を記載していますが、更に詳しい内容をご希望の場合は学校までご連絡をお願いいたします。
- 以前よりピーナッツの使用はありませんでしたが、令和 6 年度より、食材としてアーモンド・カシューナッツは使用しないこととなりました。



月	火	水	木	金
		8日 始業式 	9日 入学式	10日 しょうゆラーメン チーズフォンデュ 黄桃缶 ソフトめん 豚肉 メンマ 生姜 にんにく つと もやし 玉ねぎ 人参 長ねぎ ほうれん草 茎わかめ/チーズフォンデュ コロッケ/黄桃缶
13日 焼豚チャーハン かぼちゃコロッケ パイン缶詰	14日 カレーライス 小松菜とベーコンのサラダ	15日 ロールパン あさりのチャウダー 厚揚げサラダ 清見オレンジ	16日 マーボー豆腐丼 ししゃものから揚げ ナムル	17日 パスタミートソース 青のりポテト
胚芽米 大麦 豚肉 長ねぎ 生姜 にんにく 人参 玉ねぎ ホールコーン 干し椎茸 グリンピース ごま油/かぼちゃコロッケ/パイン缶詰	白飯 豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生姜 にんにく グリンピース 小麦粉 カレー/ベーコン 小松菜 もやし 白ごま	あさり ベーコン じゃが芋 玉ねぎ 人参 バタ 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 スキムミルク シュレッドチーズ/厚揚げ 生姜 片栗粉 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま/清見オレンジ	豆腐 豚肉 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干し椎茸 赤みそ ごま油 片栗粉/カラ揚げ ししゃも 小麦粉 片栗粉/ナムル ほうれん草 もやし 人参 ごま油 白ごま	ソフトめん 豚肉 大豆 玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリ 生姜 にんにく バタ 小麦粉 トマト 缶詰 デミグラスソース 赤みそ/フレンドポテト 青のり
20日 チキンウインナーライス (星のコロッケ添え) フルーツミックス	21日 ピリカラチキン丼 すまし汁(つと) りんご	22日 機割りハンズ ポテトスープ バッテリーバグ(キャブリス) スライスチーズ 大根サラダ	23日 ご飯 けんちゃん汁(味噌味) かわいい唐揚げ (照り焼きソース) しょうが和え/小松菜・白菜	24日 味噌ラーメン シナモンポテト 黄桃缶
胚芽米 大麦 バター トマト缶詰 カットチキンウインナー 玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリンピース/星のコロッケ/みかん缶 パイン缶 黄桃缶 なし缶	白飯 鶏肉 生姜 小麦粉 片栗粉 厚揚げ 人参 たけのこ 玉ねぎ ビーマン にんにく/そうめん つと 干し椎茸 長ねぎ ほうれん草/りんご	ベーコン じゃが芋 人参 玉ねぎ バタ/バッテリーバグ/スライスチーズ/大根 まぐろ きゅうり 人参 白ごま ごま油	鶏肉 豆腐 つきこんにゃく 人参 大根 ごぼう 長ねぎ 赤みそ 白みそ/かわいい唐揚げ 片栗粉/小松菜 白菜 生姜	ソフトめん 豚肉 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく 白すりごま 白ごま 赤みそ 白みそ ごま油 もやし 玉ねぎ メンマ ほうれん草 茎わかめ/さつまいも シメン/黄桃缶
27日 わかめごはん 豚汁 さんまのかば焼き	28日 厚揚げ入り肉炒め丼 味噌汁 りんご	29日 昭和の日	30日 ご飯 すき焼き(豚肉) 揚げポークシュウマイ パイン缶詰	5/1日 肉うどん 清見オレンジ あべかわだんご
胚芽米 大麦 炊き込みわかめ 白ごま/豚肉 豆腐 じゃが芋 板こんにゃく 人参 大根 玉ねぎ ごぼう 長ねぎ 生姜 白みそ 赤みそ/さんま 片栗粉 小麦粉 生姜 白ごま	白飯 豚肉 メンマ 人参 もやし ほうれん草 厚揚げ 片栗粉 玉ねぎ りんご 生姜 にんにく ごま油 白ごま/キャベツ 油揚げ 白みそ 赤みそ/りんご		豚肉 焼き豆腐 白滝 玉ねぎ 白菜 長ねぎ たもぎたけ 焼きふ(車ふ) 春菊 干し椎茸/ポークシュウマイ/パイン缶詰	ソフトめん 豚肉 油揚げ つと 人参 小松菜 長ねぎ 干し椎茸 たもぎたけ/清見オレンジ/白玉もち きな粉